

(宝塚市老連)

## 雲雀丘山手ひばり会 『サロン女性の集い』 立ち上げ!!



宝塚市老連雲雀丘山手ひばり会では、毎月2回の男女参画サロンに加えて毎月2回、女性サロンを立ち上げ、おしゃべり

と健康維持のヨガ、発声練習を行っています。

おしゃべりサロンは、井戸端会議が起きにくい地域であり女性同士が気楽なおしゃべりができる出会いの場として、誰もが参加できる椅子に座ってのヨガでは、全身の血流をよくする呼吸法とポーズを学び健康維持を目指しています。

また、当地区は高台に位置するため、宅配の食材でメニューのマンネリ化になりがち、みなアイデアでメニューに変化をもたらしたいと「のじぎくクラブ兵庫助成制度」を活用して電子レンジを購入しました。

現在は新型コロナウイルスの影響で、一緒に料理を楽しむ会食が出来ずにいますが、状況を見ながら密にならずにできるお菓子作りから始める準備中です。



## のじぎくクラブ兵庫 助成事業

(丹波篠山市老連)

## 今田支部 『高齢者の集い』 開催!!

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、多くの事業が中止となる中、丹波篠山市老連今田支部では、『高齢者の集い』を9月8日(火)開催しました。

内容については、午前部、有志によるグラウンドゴルフ大会と、女性部による夏野菜を使った料理講習と、全員での実食。午後部 県老連発行のフレイル予防のパンフレットによる健康講話、認知症予防での頭と体の体操、アコーディオン演奏での歌、ゲーム、ビンゴゲーム等々。

当支部では、4単位クラブ、会員数106名で、この集いは63名が参加くださり、会員以外の方も5名参加いただきました。



さらに、90歳以上の参加者4名の方には、会員手作りの手さげバック、全員には、手作りマスクを進呈。それぞれ大変喜んでいただきました。終始、感染予防の取り組みをしながらの一日でしたが、有意義な楽しいひとときを過ごすことができました。

きずな



第209号

・丹波篠山市老連  
・宝塚市老連  
・県からのお知らせ

### 兵庫県からのお知らせ

#### ■ 普段から早期避難を 意識しましょう!

災害が発生するたびに、高齢者など避難に特別な配慮が必要な方が多く犠牲になられています。

普段から、いざというときに備えて、避難所の場所を把握しておくことや、自分たちの住んでいる場所の浸水想定などをハザードマップで見たり、また、通院や服薬の状況や持ち出し品の確認をすることもよいでしょう。普段からの備えと早期避難を意識し、自分たちの命を守りましょう。

#### ■ 医療従事者への 支援をお願いします!

現在、医療従事者の方々は、新型コロナウイルス感染症対策に奮闘しておられます。県では、感謝・激励の気持ちを込めて、幅広い層からの寄附により、県内の感染者受入医療機関などの勤務環境改善等の支援事業を実施することとし、皆様からの寄附金を広く募集しています。ご支援、ご協力をお願いします。



#### 寄附金の振込先

・口座名義  
「ひょうご新型コロナウイルス対策支援基金」

金融機関名	口座番号
三井住友銀行 兵庫県庁出張所	普通3292123
みなと銀行 本店営業部	普通1979831
但馬銀行 神戸支店	普通9861288
兵庫県信用農業協同組合連合会 本店	普通0017207
ゆうちょ銀行	00940-8-197420
なぎさ信用漁業協同組合連合会 本店	普通1240885

※窓口での振り込みは手数料無料です。

ひょうご  
新型コロナ  
ウイルス  
対策支援基金  
ホームページ



### スポンサーの皆さまへ

このたびは、のじぎくクラブ兵庫が発行する「きずな」への広告掲載を賜り、誠にありがとうございました。私たち老人クラブは、高齢者の幸せづくりと地域貢献を目標に、健康と友愛、そして奉仕の精神をもって、これからも積極的な活動を行ってまいりますので、今後ともますますのご支援をお願い申し上げます。 のじぎくクラブ兵庫

### わたしたちはのじぎくクラブ兵庫の活動をサポートしています
